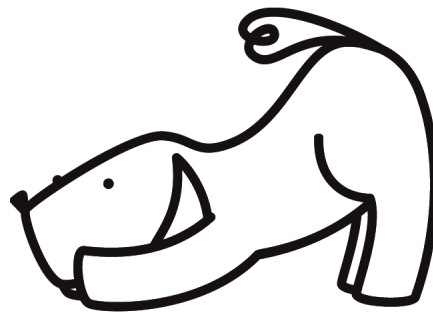


# Respect



涵盖的子概念: 自我照顾、善良

课堂友善课程通过启发、授权、行动、反思和分享的循序渐进框架教授友善技能。每节课都以“分享”步骤开始，以巩固之前课程的学习成果。“表演”部分融入了课程，但真正发生在项目中。

在尊重单元中，学生将区分情绪和感受，并学习如何以健康的方式表达自己的情绪和感受，从而促进对自己和他人的尊重。他们还将通过视觉图像评估各种情况，并决定是否表现出尊重或不尊重，以及如何帮助纠正不尊重的情况。该单元通过良好的决策以及从不同角度评估尊重或不尊重的情况来促进自我保健策略。

## 单位目标

学生将：

- 识别不同的情绪并探索我们的情绪如何受到他人的影响。
- 探索健康的方法来照顾自己的心理和情绪健康。
- 识别尊重和不尊重的行为。
- 提出尊重的问题解决方案。

## 学生介绍

欢迎来到尊重单位！虽然您可能理解“尊重”一词的含义，但您可能没有评估过日常常见情况是否对您或其他人表示尊重或不尊重。例如，离开凌乱的餐厅是尊重还是不尊重的表现？是的——不尊重！毕竟 -某人 必须清理你留下的烂摊子！如果自己不清理干净，你就是在告诉别人你不关心(或尊重！)你为他或她创造的额外工作。评估我们的日常行为非常重要，以确保我们传达善意和尊重的信息。尊重自己也很重要，我们可以通过理解自己的情绪和感受并做出照顾自己的选择来做到这一点。让我们开始第一课吧！

- 情绪和感受
- 自尊和良好的决策
- 评估常见情况是否存在尊重或不尊重的迹象

## 单元课程

课程标题

课程目标

所需材料

第 1 课 从里到外	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 识别不同的情绪并探索我们的情绪如何受到他人的影响。</li> <li>● 了解情绪和感受的普遍本质。</li> <li>● 赋予自己控制自己情绪反应的能力。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❑ 帽子、包或盒子(可以从中提取情感的东西)</li> <li>❑ Inspire 中列出的情感被切成条状, 供学生从某种容器中抽取。</li> </ul>
第2课 尊重我们的(情感)自我	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 探索健康的方式来照顾自己</li> <li>● 心理和情绪健康。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❑ 照顾我们自己和我们的情绪工作表</li> <li>❑ 书写用具</li> </ul>
第三课 认识并恢复尊重	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 复习一下尊重这个词。</li> <li>● 识别尊重和不尊重的行为。</li> <li>● 提出尊重的问题解决方案。</li> </ul>	❑ 认识和恢复尊重工作表(见课程)
第 4 课 抱歉 + 我能帮忙吗?	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 复习一下尊重这个词。</li> <li>● 识别尊重和不尊重的行为。</li> <li>● 提出尊重的问题解决方案。</li> </ul>	❑ “对不起, 我能帮忙吗?”工作表(见课程)

## 单位项目

项目名称	项目概况	所需材料
项目1 感觉自画像	该项目将允许学生根据艺术和科学将情感和情感词语归因于颜色。使用 Plutchik 的情感色轮和克劳迪娅·科尔特斯 (Claudia Cortez) 的《运动中的颜色》来帮助解释这些颜色/情感关联。如果没有智能板或计算机, 请邀请学生自己探索这些网站, 并分发色轮工作表(如下图所示)。学生将使用这些颜色指定来创建一幅自画像, 该自画像的颜色可以反映学生经历的各种情感。	<ul style="list-style-type: none"> <li>❑ 铜版纸</li> <li>❑ 杂项。美术用品</li> </ul>
项目2 尊重寻宝游戏	在这个项目中, 学生将阅读当地报纸或其他出版物, 寻找能够表现出对自我、他人、地方或事物的善意和尊重的故事。	<ul style="list-style-type: none"> <li>❑ 当地出版物(杂志、报纸、时事通讯等)</li> <li>❑ 也可以在线查找出版物以添加技术组件</li> <li>❑ 尊重寻宝游戏工作表</li> </ul>